Colțul antrenorului

# De ce atît de puține goluri de la distanță în meciurile feminine de handbal?...

În concepția modernă a handbalului în 7, aruncările la poartă de la distanță joacă un rol deosebit de important. Ele nu pot fi suplinite nici prin diferite combinații, circulații sau scheme, oricît de bine concepute sau spectaculoase ar fi ele, și nici prin cele mai subtile și virtuoase procedee, prin care s-ar urmări finalizarea de pe semicerc. Numai randamentul sporit al jucătorilor de la 9 m poate asigura echilibrul ofensiv și poate crea premisele tactice pentru un joc de atac variat și eficient.

În această privință echipele noastre feminine, — spre deosebire de cele masculine — sînt extrem de deficitare. Ultimele evoluții din turneul final al campionatului au scos în evidență, pe lîngă altele, și această carență a handbalului nostru feminin. Pînă și jucătoarele, odinioară renumite și temute ca excepționale realizatoare de la distanță, se pare că s-au lăsat contaminate de o anumită psihoză, care — în numele principiului „asigurării mingii" (greșit înțeles) — le inhibă, le inspiră teamă (în loc de prudență), reținere (în loc de chibzuință) și ezitare (în loc de hotărire). Rarele excepții (Ana Boțan, A. Szökö, C. Dumitrescu, A. Leonte, A. Nemeț etc.) nu schimbă prea mult această situație, devenită — din păcate — generală.

De unde provine și cum poate fi remediată această stare de fapt?

Confuzia de noțiuni și greșita înțelegere a lucrurilor, pornite dintr-o slabă pregătire teoretică, generează complexele despre care am vorbit mai sus. Trebuie știut că „disciplina tactică", principiul „asigurării mingii" și o serie de alte principii, reguli și cerințe nu îngrădesc cu nimic personalitatea jucătoarelor, gîndirea, fantezia, inspirația sau inițiativa lor creatoare; ele pretind doar să nu se risipească mingile! Ele nu limitează numărul aruncărilor la poartă și nu impun restricții cu privire la distanța de aruncare, momentul execuției, alegerea procedeului etc.

Cunoscîndu-și perfect posibilitățile, jucătoarea poate și trebuie să acționeze prompt și îndrăzneț, urmărind pe calea cea mai sigură, scurtă și simplă, obținerea randamentului maxim! Neexistînd însă suficientă încredere în forțele proprii și pierzînd obișnuința de a marca de la distanță, jucătoarele scot din categoria „situațiilor favorabile" pe cele ce li se oferă, în timpul jocului, dincolo de semicercul de 9 m și... pasează, fentează, driblează etc. A dispărut plăcerea, dorința și satisfacția de a da gol de la distanță, după cum aproape nimeni nu mai vădește pasiune pentru a deveni o realizatoare specialistă în aruncările surprinzătoare, puternice și precise.

Cu aceasta am ajuns, credem, la cauzele principale, care trebuie căutate în lacunele și greșelile care încă persistă în procesul de instruire.

Jucătoarele tinere (numai rareori suficient de înalte, robuste și puternice) nu au beneficiat niciodată de influențele handbalului în 11; tehnica și forța lor de aruncare sînt unilateral dezvoltate, îngust specializate și adaptate dimensiunilor terenului redus. Aceasta nu vrea să fie o pledoarie pentru reînființarea campionatului de handbal în 11, ci doar un îndemn de a antrena aruncarea la poartă — din cînd în cînd — și pe terenul mare!

În majoritatea cazurilor se acordă prea puțină atenție dezvoltării forței generale și specifice (de aruncare) sau, cel puțin, nu se perseverează. Se apelează numai foarte rar la metodele moderne ale antrenamentului de forță-viteză și tot atît de rar se adaptează asemenea metode la cerințele specifice ale handbalului în 7. Antrenamentul propriu-zis de „aruncare la poartă" este de obicei prezent în toate planurile de pregătire. Dar cum se efectuează? Din păcate, de cele mai multe ori în mod empiric și superficial, neadecvat condițiunilor concrete de joc: fără adversari (pasivi, semiactivi sau activi); fără sarcini precise; fără pretenția de a executa corect procedee noi și variate; fără un conținut tactic; fără a solicita din partea jucătoarelor să gîndească, să judece și să aibă preocupări pentru speculareа punctelor vulnerabile ale adversarelor.

Dar, „lanțul slăbiciunilor" nu se întrerupe aici. Se comit și unele erori tactice, care duc la scăderea randamentului jucătoarelor de la 9 m. Din punct de vedere tactic individual, ele nu reușesc să distingă clar poziția lor față de adversară, să sesizeze din timp situația de pe teren și posibilitățile lor proprii de a arunca la poartă: a) de departe, fără ca adversara să poată împiedica sau jena execuția, sau b) din imediata apropiere a adversarei. Pentru fiecare din aceste situații, desigur sînt necesare elanuri diferite și procedee de aruncare deosebite. Cu toată spontaneitatea de care dispune o jucătoare, pregătirea în timp util a aruncării și hotărîrea cu care se efectuează, vor fi întotdeauna determinante asupra efectului ei.

În sfîrșit, alte cauze care micșorează capacitatea de realizare de la distanță a jucătoarelor de 9 m, pot fi o greșită așezare tactică (prea apropiată de adversar), și o concepție eronată (pe care o preconizează unii antrenori), prin care se cere o circulație continuă și excesiv de rapidă (a tuturor jucătoarelor și a mingii). Aici, consecința este scăderea coeficientului de precizie și siguranță în minuirea mingii, pierderea direcției porții și a caracterului ofensiv-agresiv al atacului și, în final, scăparea momentului prielnic de a arunca la poartă.

Cert este că toate aceste cauze, cît și altele neenumerate aici, formează un fel de cerc vicios, care neapărat trebuie „spart" undeva, dacă vrem ca handbalul nostru feminin să iasă din impasul în care se găsește în momentul de față. Antrenorii și jucătoarele trebuie să chibzuiască și să treacă la fapte. Ceea ce am prezentat în acest material ca lipsuri trebuie să devină, în cel mai scurt timp „punctul forte" al echipelor noastre!

**prof. FR. SPIER**
antrenor

# Concursul republican al copiilor

Duminică dimineața, pe o vreme splendidă, cei mai buni 150 din miile de copii care au luat startul la diferite etape ale concursului lor republican, s-au întrecut în finală la Poiana Brașov. Am asistat la întreceri dîrze, spectaculoase, de un bun nivel tehnic, care au arătat preocupările antrenorilor pentru o muncă de calitate cu cei mai mici dintre atleți.

Rezultate înregistrate: FETE: *triatlon I:* El. Mîrza (SSE I Buc.) 269 p (60 m — 8,2, lungime — 5,19, greutate — 8,44); G. Raicu (SSE Bacău) 251 p; M. Micu (Constructorul Buc.) 248 p; *triatlon II:* El. Rusu (SSE Cluj) 227 p (60 m — 8,6, înălțime — 1,30, mingea de oină — 44,36), M. Dumitrache (SSE I Buc.) 221 p, M. Stănilă (reg. Buc.); *4x60 m:* SSE Ploiești 31,1, SSE I Buc. 31,5, SSE Cluj 31,6; BĂIEȚI: *triatlon I:* I. Sferlea (SSE Beiuș) 263 p (60 m — 7,8, lungime — 5,56 m, greutate — 11,45), S. Vigu (SSE Cluj) 251 p., S. Păsulă (Banatul) 243 p; *triatlon II:* P. Kolf (Banatul) 248 p (60 m — 8,3, înălțime — 1,49, mingea de oină — 72,95), C. Basarab (Banatul) 227 p, H. Arghir (SSE II Buc.) 222 p; *4x60 m:* SSE Cluj 29,8, SSE I Buc. 29,4, SSE II Buc. 29,8.

În urma desfășurării celor șase probe din program, clasamentul general al întrecerilor are următoarea înfățișare: *1. SSE Cluj 36 p, 2. SSE I Buc. 32,5 p, 3. Banatul 24,33 p, 4. SSE II Buc. 18 p, 5. SSE Ploiești 16 p, 6. SSE Beiuș 9 p, 7. SSE Brașov 7,50 p, 8. reg. București și Viitorul Buc. 6 p, 10. SSE Bacău 5 p. etc.*

C. GRUIA,
coresp. reg.

# „Cupa campionilor regionali"

A treia ediție a „Cupei campionilor regionali" a reunit opt dintre cele mai bune echipe de oină din țara noastră. Întrecerile desfășurate sîmbătă și duminică pe stadionul din Mangalia au scos în evidență buna pregătire a formațiilor participante.

Echipele au fost împărțite în două serii. Întîlnirile au avut loc sistem turneu (tur-retur) formațiile clasate pe primul loc disputîndu-și întîietatea, în două jocuri, pentru desemnarea echipei câștigătoare a competiției. În prima serie cele mai echilibrate jocuri le-au furnizat C.P.B. și Avîntul Frasin, bucureștenii reușind să cîștige grupa respectivă. În cealaltă serie au fost trei echipe de forțe sensibil egale. Avîntul Valea Roșie (reg. București), mult schimbată în bine față de cînd conducerea antrenamentelor a fost preluată de instructorul **Dumitru Pescu**, a obținut victoria în fața fostei deținătoare a trofeului, Biruința Ghimpați (reg. Bacău), la capătul unor partide deosebit de spectaculoase. Dinamo București a cîștigat toate meciurile, dar în tur a fost la un pas de a părăsi terenul învinsă în fața echipei Avîntul Valea Roșie, pe care a depășit-o cu numai un punct. În finala competiției s-au calificat C.P.B. și Dinamo. Prima echipă, mai omogenă și practicînd un joc superior la „prindere", a reușit să-i învingă pe dinamoviști, care la „bătaie" au fost în majoritate prinși și „jucați la mijloc". Rezultatele: 11—8 (tur) pentru C.P.B., 9—9 (retur). Echipa C.P.B., care a cucerit trofeul, a folosit următoarea formație: **D. Bărbieru, V. Tudorancea, I. Dediu, M. Radu, I. Anton, M. Pușpană, Gh. Dimitrescu, I. Ciobanu, V. Ghișa, C. Ianc** și **I. Dacău**. Antrenor: **Alex. Rafailescu**. Pentru locurile 3—4 s-au întîlnit Avîntul Frasin și Avîntul Valea Roșie. Cu un plus de voință și precizie în apărare Avîntul Frasin a învins cu 12—9.

Cele mai competente arbitraje au fost prestate de **C. Căpățînă** (Buzău), **I. Petre** (Galați) și **I. Nedelcu** (Constanța).

TR. IOANIȚESCU

# Concursuri, clasamente, recorduri...

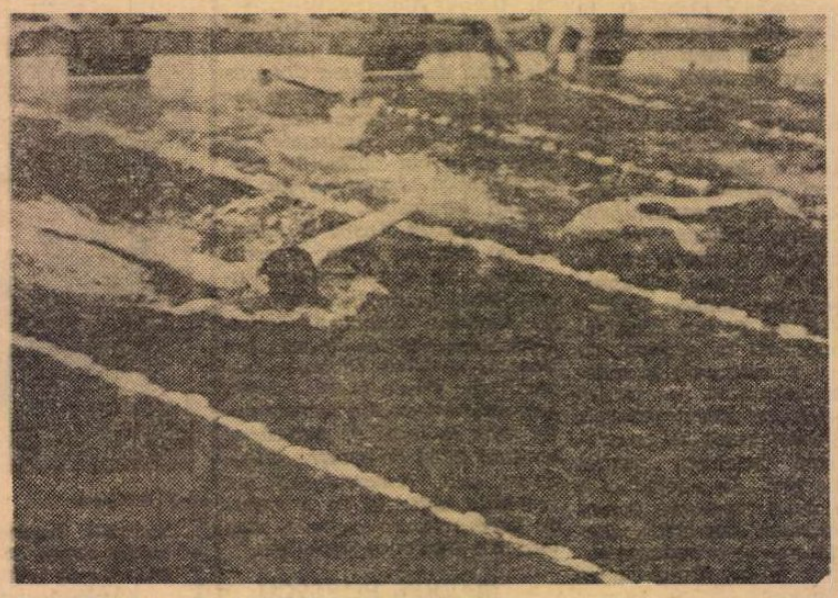
● După meciurile ultimei etape clasamentul campionatului republican de polo are următoarea înfățișare:

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. | **Dinamo Buc.** | 8 | 8 | 0 | 0 | 69: 7 | 16 |
| 2. | **Steaua Buc.** | 7 | 7 | 0 | 0 | 52: 7 | 14 |
| 3. | **Crișul Oradea** | 8 | 5 | 1 | 2 | 31:21 | 11 |
| 4. | **Știința Cluj** | 9 | 5 | 1 | 3 | 34:29 | 11 |
| 5. | **Rapid Buc.** | 7 | 4 | 1 | 2 | 33:21 | 9 |
| 6. | **C.S.M. Cluj** | 9 | 2 | 2 | 5 | 21:46 | 6 |
| 7. | **I.C. Arad** | 8 | 2 | 2 | 4 | 21:48 | 6 |
| 8. | **Mureșul Tg. Mureș** | 9 | 2 | 0 | 7 | 18:44 | 4 |
| 9. | **Voința Cluj** | 8 | 1 | 1 | 6 | 26:49 | 3 |
| 10. | **I. Liniș Timiș** | 9 | 1 | 0 | 8 | 21:54 | 2 |

Iată și programul ultimelor restanțe: **4 iulie:** Rapid — I.C. Arad și Steaua — Voința Cluj; **8 iulie:** Crișul — Rapid; **11 iulie:** Steaua — Dinamo București.

● Concursul de sărituri de la trambulină, desfășurat sîmbătă și duminică la ștrandul Tineretului în cadrul etapei I a campionatului republican, a desemnat următorii campioni de cluburi și asociații sportive: **Clubul sportiv școlar** — juniori cat. I: N. Speriosu 100,12 p; copii cat. I: C. Nedelcu 94,72 p; copii cat. a II-a: R. Grama 76,38 p; junioare cat. a II-a: Natașa Teodorescu 56,04 p; fetițe cat. I: Dacia Schileru 68 p; fetițe cat. a II-a: Irinel Popescu 69,83 p; **Progresul:** juniori cat. I: M. Munteanu 108,30 p; juniori cat. a II-a: J. Treistaru 92,58 p; copii cat. I: I. Ilieș 90,27 p; junioare cat. I: Măriuca Isăcescu 93,37 p; junioare cat. a II-a: Rodica Ghiulea 66,85 p; **S.S.E. nr. 1:** junioare cat. a II-a: Rodica Popescu 84,54 p; fetițe cat. a II-a: Anca Hagiescu 69,12 p.

● La Tg. Mureș, în cadrul campionatului de înot al orașului, A. Covaci de la Mureșul a stabilit un nou record republican în proba de 100 m fluture juniori cat. a II-a: 1:08,2, față de 1:09,1 cît era vechiul record deținut tot de el.



*Concursul de înot, desfășurat zilele trecute la ștrandul Tineretului în cadrul etapei I a campionatului republican, a constituit, prin numărul mare al participanților, un frumos succes. În fotografie, un aspect din proba de 100 m fluture junioare, una din cele mai disputate curse ale concursului.*

Foto: P. Romoșan

# Se apropie de sfîrșit finala campionatului republican pe echipe

ARAD 27 (prin telefon de la trimisul nostru). Cu două runde înainte de sfîrșit, Constructorul București a luat un substanțial avans de puncte în fața celei de a doua clasate, Electronica. Șahiștii de la Constructorul au mai cîștigat două meciuri: 4½—1½ cu Știința Cluj și 3½—2½ cu Progresul (de notat că Ciocîltea a fost învins de Pușcașu).

Iată alte rezultate din rundele a 4-a și a 5-a: Crișul Oradea — Știința Timișoara 3½—2½, Electronica București—Autorapid Craiova 3—3, Petrolul Ploiești — Progresul București 3½—2½, Știința Timișoara — Petrolul Ploiești 3—3, Crișul Oradea — Autorapid Craiova 3½—2½, Electronica București — Știința Cluj 3½—2½. Prin acest ultim rezultat Electronica a trecut pe locul doi în clasament.

Iată ordinea finaliștilor, după disputarea a 5 runde: Constructorul 21½, Electronica 17, Știința Cluj 16½, Crișul 14½, Petrolul 14, Știința Timișoara 13, Progresul 12, Autorapid 11½.

T. RĂDULESCU

# Participantele la „interregionalele" campionatelor de calificare

Au fost desemnate și se cunosc toate echipele campioane regionale care, între 2 și 4 iulie, vor lua parte la faza pe zone a întrecerii pentru calificarea în categoria A. Iată-le mai jos, grupate pe zonele în cadrul cărora se vor întîlni. Primele echipe, la fiecare regiune, sînt campioanele masculine, iar între paranteze cele feminine.

I) *Hunedoara:* Metalul Hunedoara, (Știința Miercurea); *Banat:* I. C. Arad (Sănătatea Arad); *Argeș:* Sănătatea Cîmpulung Muscel (Ș.S.E. Rm. Vîlcea); *Oltenia:* Știința Craiova (Sănătatea Tg. Jiu).

II) *Maramureș:* Progresul Șomcuța Mare (Victoria Sighetul Marmației); *Cluj:* Știința Politehnica Cluj (Știința Dej); *Crișana:* Cooperatorul Șimleul Silvaniei (Știința Oradea); *Mureș A. M.:* Banca Tg. Mureș (Ș.S.E. Tg. Mureș).

III) *Bacău:* Viitorul Bacău (Țesătura „8 Martie" Piatra Neamț); *Iași:* Rulmentul Bîrlad (Politehnica Iași); *Suceava:* Fulgerul Suceava (Confecția Botoșani); *Galați:* Constructorul Galați (Constructorul Brăila).

IV) *Brașov:* Muncitorul Cristian (Știința Brașov); *Dobrogea:* Hidrotehnica Constanța (Ș.S.E. Constanța); *Oraș București:* Știința (Tricotajul roșu); *reg. București:* Unirea București — Sfatul popular regional (Unirea București — Sfatul popular regional).

# La școala viitorilor scrimeri...

*(Urmare din pag. 1)*

gători își schimbă echipamentul. Fiindcă lecția nu a luat sfîrșit. Pentru o altă oră — lucru afară pe terenul din fața sălii, alergări, exerciții de gimnastică și jocuri sportive. Antrenorul nu și-a încetat nici el rolul. Și-a schimbat numai atribuțiile. Îl vedem, pe rînd, starter la cîteva probe de sprint, arbitru de fotbal și de volei, de baschet și de handbal. Abia după aceea profesorul Pelmuș ne stă la dispoziție...

*— Asta-i de fapt secretul muncii unui antrenor de scrimă, care lucrează cu copiii: ca, pe lîngă lecția propriu-zisă, să facă și puțină joacă. Numai așa ne atragem elevii, îi ajutăm să-și însușească cu mai mult interes (și plăcere, desigur) elementele din tehnica acestui sport.*

Prof. Pelmuș răspunde de secția de scrimă a Școlii sportive de elevi nr. 1 din toamna anului trecut. Îl întreb cu ce bilanț își încheie acest an școlar.

*— Bilanțul poate fi apreciat ca satisfăcător. În octombrie am început lucrul cu 102 elevi, recrutați din cîteva școli de 8 ani și medii din cuprinsul raionului. Trei săptămîni mai tîrziu, după trecerea normelor de control (sub formă de alergări, sărituri în lungime de pe loc și cu elan) n-au mai rămas decît jumătate. Apoi, în februarie, la primul colocviu practic, o nouă triere, o a doua selecție... Cu acești 30 de copii merg mai departe, în anul II. Sper să realizez ceea ce mi-am propus.*

— Adică?...

*— Să aduc în 3—4 ani, primii floretiști în finalele de juniori ale țării. Am cîteva elemente de certă perspectivă. Dintre fete — Doina Monu, Viorica Draga, Florica Radu și Virginia Veloiu, dintre băieți — Ștefan Ioniță, Ion Alexandru, Adrian Ghinuș.*

— Ce vă face să anticipați acest salt, de la inițiere, la primele locuri în campionatul republican?

*— Mai întîi, faptul că am reușit să fac o foarte riguroasă selecție. Așa cum am amintit, n-am ținut în secție nici un element care nu prezenta „afinități" cu scrima. I-ați văzut doar. Rîvna lor echivalează cu aceea a marilor campioni. Apoi — înțelegerea pe care o am din partea conducerii unor școli de cultură generală (de 8 ani nr. 175, 8, 24 și medii „Aurel Vlaicu", „Gheorghe Lazăr" și „Dr. Petru Groza"), a părinților. Aceștia din urmă ne vizitează destul de des și își manifestă satisfacția pentru ceea ce văd... În fine — sprijinul larg al Școlii sportive de elevi nr. 1, prin noua conducere* (n.n. director prof. Ion Popleșanu) *interesată ca toate secțiile să aibă condiții și posibilități de creștere și de afirmare.*

*Iată atîtea motive care mă îndeamnă să pun în valoare toată capacitatea mea de muncă...*

Aș adăuga — cunoscîndu-l pe tînărul antrenor — nu numai capacitatea, puterea de muncă ci și priceperea, experiența și mai ales entuziasmul!

**O. S. T. A.**

**prezintă la**

**Teatrul de vară „23 August"**

**joi 1 și vineri 2 iulie 1965, ora 20**

**un**

CONCERT—SPECTACOL

**cu**

**GIGI MARGA**
**DOINA BADEA**
**GEORGE BUNEA**
**WILLI DONEA**
**TOMA POPESCU**
**și**
**VASILE TOMAZIAN**

Acompaniază cvintetul de muzică ușoară „București"

**Toate locurile sînt numerotate**

Biletele se vînd la casa O.S.T.A., Cal. Victoriei 68—70, telefon 13.53.75, și în serile concertelor la casele Teatrului de vară „23 August".